බෞද්ධ ජීවන සැලැස්ම

අතිපූජ්‍ය මඩිහේ පඤ්ඤාසීහ මහානායක මාහිමිපාණන් වහන්සේ

"අනුපුබ්බෙන මෙධාවී - ථොකථොකං ඛණෙ ඛණෙ
කම්මාරො රජතස්සෙ ව - නිද්ධමෙ මලමත්තනො"

නුවණැත්තේ පිළිවෙලින් ටික ටික මොහොතෙන් මොහොත රන්කරුවෙකු මෙන් තමන් තුළ ඇති මල කිලිටු දුරුකරන්නේ ය යනු බුදුරජාණන් වහන්සේගේ දේශනාවයි. රන්කරුවකුට ආකරයෙකින් රන් ලැබෙන්නේ කුණු බොර සහිත වැ ය. රන්කරුවා ලස්සන ආභරණයක් හදන්නේ වැඩ දෙකක යෙදීමෙනි. එක අතෙකින් රත්කොට කුණු ගතිය ඉවත් කරයි. අනෙක් අතෙකින් රත්කොට රූප නෙළා ලස්සන ආභරනයක් තනයි. එලෙසින් නුවණැත්තේ පිළිවෙලින් ටික ටික මොහොතෙන් මොහොත තමන් තුළ ඇති අගුණ දුර්වලකම් දුරලමින් ගුණනුවණින් දියුණු වෙයි.

සැලැස්මකට කටයුතු කිරීම වර්තමාන දියුණු ලෝකය ම පිළිගත් උතුම් ප්‍රතිපදාවෙකි. මේ උතුම් ප්‍රතිපදාවේ ඉතිහාසය සොයා ආපස්සට ගියොත් නතර වන්නේ බුදුරජාණන් වහන්සේ ළඟ ය. උන් වහන්සේගේ සියලු කටයුතු සැලැස්මකට දින චරියාවකට අනුව සිදුකළ බව මනා ව පැහැදිලිය. බුද්ධ ධර්මය අනුව මෙලොව පරලොව දියුණුවට හා ලෝකෝත්තර දියුණුවට ද උවමනා සැලැසුම් හදා ගත හැකි වේ. එයින් මෙහි පැහැදිලි කරන්නේ ජීවන සැලැස්ම යි. ජීවන සැලැස්ම අවස්ථා පහකට බෙදිය හැකි ය: 1. මවුකුසයෙහි කාලය 2. ළමා කාලය 3. තරුණ කාලය 4. මැදුම් කාලය 5. වැඩිහිටි කාලය වශයෙනි.

1. මවුකුසෙහි කාලය

මවුකුස මේ ජීවිතය ආරම්භ වන ස්ථානය යි. මවුකුසෙක දරුවකු පිළිසිඳ ගත් කලැ පැවැත්විය යුතු ආචාරධර්ම සමූහය නුවණින් සලකා බලන්න. බුදුරජාණන් වහන්සේ ජීවමාන කාලයෙහි කුසෙහි දරුවකු පිළිසිඳ ගත් කල ඇතැම් මවුවරු උන්වහන්සේ වෙතට ගොස් නමස්කාර කොට, ස්වාමීනි, මගේ කුසෙහි දරුවකු පිළිසිඳ ගෙන ඇත. ඒ දරුවා තෙරුවන් සරණ ගත කොට ආශීර්වාදය ලබා ගන්නටයි කියා නැවැතත් වැඳීම සිරිතයි. බුදුරදුන් නැති අවස්ථාවන්හි දීත් පසු කාලයන්හි දීත් ආගමික වතාවත්හි යෙදී තුනුරුවන්ගේ ආශීර්වාදය ලබා ගැනුම සිරිත යි.

අනතුරු වැ 'ගබ්භ පරිහාරං අදාසි' යි කියූ පරිදි ආගමික චාරිත්‍ර වශයෙනුත් වෛද්‍යෝපදේශ වශයෙනුත් දරුවකු හට පුදසත්කාර කිරීම යි. කුසෙහි හැදෙන වැඩෙන දරුවාට මාස පහේ සිට දැනීමත් විඳීමත් ඇති වේ. දුක්ඛ සත්‍යය වර්ණනාවෙහි දරුවකු මවුකුසෙහි විඳින දුක් පිළිබඳ විස්තරය මවුවරුන් විසින් දැන ගතු යුතු ම යි. කවර මවක වත් කුසෙහි සිටින දරුවාට දුකක් දෙන්නට කැමැති වෙන්නේ නැත. එහෙත් නොදන්නා කම නිසා කුසෙහි සිටින දරුවා දුක් විඳිනවා. බටහිර උගතුන් යන්ත්‍රෝපකරනවල උපකාරයෙන් දරුවා දුක් විඳින සැටි බලා ඇත. දුක වැඩි වධ විට කෝපයට පත් වී පයින් ගහන සැටි ද බලා ඇත.

දරුවා මවුකුසේ දී දුක් විඳින්නේ මෙසේ ය: කුසෙහි සිටින දරුවා ඉතා සිව්මැලි ය. එහෙයින් සුළු කරුණක දී දුක වැඩියෙන් දැනෙයි. අම්මා හදිසියෙන් නැමුණොත් හැරුණොත් දරුවාට දුක දැනෙයි. උණුසුම් වැඩි - මිරිස් වැඩි - ඇඹුල් වැඩි ආහාර පානයක් ගතහොත් සියුම් දරුවාට දුක දැනෙයි. එහෙයින් පුරාණ අම්මලා මෙබඳු හැම කටයුත්තෙක දී ම සිහියෙන් කල්පනාවෙන් ක්‍රියා කළා.

කුසෙහි වැඩෙන දරුවාගේ කායික වර්ධනයටත් මානසික වර්ධනයටත් උපකාර වන පරිදි පැවැතිය යුතු ය. දරුවාගේ කායික වර්ධනයට උවමනා වන පරිදි අම්මා ප්‍රමාණවත් ව පෝෂ්‍යදායක ආහාර ගත යුතු ය. තාත්තා පෝෂ්‍යදායක ආහාර ප්‍රමාණවත් ව සපයා දිය යුතු ය. මානසික වර්ධනයට නම් බණ කතා ඇසිය යතුය, කියවිය යුතු ය, වීරකතා ඇසිය යුතුය, කියවිය යුතු ය. ධර්මය - චාරිත්‍ර හා ඉතිහාසය පිළිබඳ සාකච්ඡා කළ යුතු ය. ගුවන් විදුලියෙහි හා රූපවාහිනියෙහි හොඳ වැඩසටහන් පමණක් අහන්න, බලන්න. නරක වැඩ සටහන්

නොඇසිය යුතු ය, නොබැලිය යුතු ය. පුවත්පත් වාර්තා පිළිබඳ ව ද ඉතා කල්පනාකාරී විය යුතු ය. අම්මා හොඳ හෝ නරක කථා කරන දේ කුසෙහි සිටින දරුවාට මාස පහෙන් පසු ඇසෙන බවත් වචන වශයෙන් නොතේරුණත් අදහස් වශයෙන් මනසෙහි තැන්පත් වන බවත් විද්‍යාඥයෝ කියති. එය එසේ නම් මවුපියන් වීම කවර තරම් අපහසුවක් දැයි අහන්නට පිළිවන. එලෙස කැපවීමක් වන්නට අපහසු නම් එබඳු අය ආවාහ විවාහයෙන් භර්යාවන් හා ස්වාමි පුරුෂයන් වන්න, අම්මලා තාත්තලා වන්නට එපා යයි කරුණාවෙන් කිව යුතු අවස්ථාව එළැඹී ඇත.

මවුකුසෙහි සිටින දරුවා හොඳින් හැදී වැඩී උපදින කාලය ළං වූ විට පිරිත්, විශේෂයෙන් අංගුලිමාල පිරිත කියවා ගැනීම බෞද්ධ චාරිත්‍ර යයි. එම සූත්‍රය කල්පස්ථායී බලයක් පවත්නා හෙයින් නොවරදවා ම කියවා ගත යුතු ය. මවුකුසෙහි දී ම දරුවන් හැදීමේ බෞද්ධ පිළිවෙත බටහිර විද්‍යාඥයන් ද මහ ඉහළින් පිළිගෙන ඇති බව කිසි විටෙකත් අමතක නොකරන්නේ මැනැවි.

ඇමෙරිකාවේ කැලිෆෝනියාවේ යුනීක් ෆ්‍රීබර්ත් විශ්ව විද්‍යාලයෙහි පිළිසිඳ ගෙන මාස පහෙන් පසු දරුවනට පන්ති පැවැත්වීම ආරම්භ කොට ඇත.

හැම භාර්යාවන් හා ස්වාමි පුරුෂයන් ම රටට ජාතියට - ආගමට හා භාෂාවට වැඩ ඇති පින් ඇති දරුවන් ලබා දෙන්නට ඉටා ගන්නේ මැනැවි.

2. ළමා කාලය

උපතේ පටන් වයස 15 දක්වා
චරිත - බුද්ධි දියුණුව

මේ වයසේ ළමයින් 58 ලක්ෂයක් සිටිනවා. දෙමාපියන් බාරේ සිටින මේ ළමයින් තව ම නරක් වුණේ නැත. හදාගන්නට පිළිවන් වයසයි. මේ ළමයින් හදාගත්තොත් අපට අනාගතයක් තිබෙනවා. මේ ළමයින් හොඳින් හදා ගන්නේ කෙසේ ද? උපන් කාලේ කිරිකැටි වයසයි. එහෙයින් මවුකිරි ම දිය යුතු ය. දරුවාට පෝෂ්‍යදායී කිරි දීමට මවට හොඳ ආහාර දිය යුතු ය. ඉදින් දරුවාට දෙන්නට තරම් මවට කිරි එරෙන්නේ නැත්නම්, මවට සනීප මදි නම්, ඊටත් වඩා අනතුරක් නම් කිරිමවුවරුන් සොයා ගැනීම පුරාණ චාරිත්‍ර යයි. බෝසත් සිදුහත් කුමරුගේ මව සතියෙකින් දිවංගත වුණා. සිදුහත් කුමරුන් පෝෂණය කළෝ මහා ප්‍රජාපතී දේවීන් ඇතුළු කිරිමවුවරුය.

කිරිමවුවරුන් තෝරා ගැනීම අපේ සාහිත්‍යයෙහි සඳහන් වන්නේ මෙසේය: සමහර මවුවරුන්ගේ කිරේ සීත වැඩි ය. සමහරුන්ගේ උෂ්ණය වැඩි ය, සමහරුන්ගේ ඇඹුල වැඩි ය. මේ කිරිවල රසබලා තෝරා ගතයුතු ය. විශේෂයෙන් තළෙලු මවුවරුන්ගේ කිරි පෝෂ්‍යදායී ලෙස පිළිගෙන ඇත. කිරි මව ඉතා උස නම් උකුළේ සිට උඩට ඇදී කිරි ඉරීමෙන් බෙල්ල දිග් ගැස්සෙනවා. ඉතා මිටි නම් උකුළේ සිට හැකිළී කිරි ඉරීමෙන් බෙල්ල කුරු වෙනවා යනු පැරණියන්ගේ විශ්වාස යයි. මෙසේ මවගේ තත්ත්වය අනුව කිරිමවුවරුන් තෝ ගැනීම මැනැවි. මෙසේ මවුකිරි කාලය ඉක්ම ගිය පසු එළකිරි හෝ මෙකල බහුල ව තිබෙන පිටිකිරි හෝ දීම සුදුසු ය.

යුරෝපීයයන්ගෙන් ආරම්භ වූ පෙර පාසල් ක්‍රමය ජනප්‍රිය වී ඇත. එහි ද ඉතිහාසය සොයා ආපස්සට ගියොත් නරක වන්නේ බුදු රජාණන් වහන්සේ ළඟ ය. උන් වහන්සේ හැම ගෙදරක් ම පෙර පාසලක් හැටියට සැලකුවා. එහෙයින් මවුපිය දෙදෙනාට **පුබ්බාචරිය** - පෙරගුරුවරු යන නම දුන්හ. ඔවුනට උගන්වන්නට තිබෙන්නේ ප්‍රධාන විෂය දෙකයි. 1. අයහපතින් මිදැවීම 2. යහපතෙහි යෙදවීමයි. මෙයින් ප්‍රකාශ වුණේ චාරිත්‍ර හා වාරිත්‍රයි. එය ද කළ යුත්තේ ආදර්ශයෙන් හා උපදේශයෙන් ය. කුඩා ළමයාගේ ස්වභාවය අනුකරණ යයි. හොඳත් නරකත් දෙක ම අනුකරණය කරයි. එහෙයින් මවුපියන් සිහියෙන් හා නුවණින් යුතු ව කතා කළ යුතු ය, ක්‍රියා කළ යුතු ය.

දරුවාගේ වයස තුන පිරෙන්නට පෙර අකුරු කියැවීම චාරිත්‍ර යයි. එතැන් සිට මෙකල පවත්වන පෙර පාසලකට යැවීම මැනැවී. අනුකරණය වැඩි කාලය බැවින් තමන්ගේ ශිෂ්ටාචාරයටත් ආගමටත් අනුකූල වන පෙර පාසලක් සොයා ගත යුතු ය. එහෙයින් ධර්මවිජය

පදනම පන්සල සම්බන්ධ කැර ගෙන ළඳරු ගුරු සෙවණ නමින් පෙර පාසල් ක්‍රමයක් ආරම්භ කටන්නට ගුරු අත්පොතක් ද මුද්‍රණය කොට ඇත. වත්මන් රජය ද මූලික අධ්‍යාපනය ආගමික ස්ථානවල පැවැත් විය යුතු ය යන යෝජනාව පිළිගෙන ඇත.

බෞද්ධ අධ්‍යාපනය හැදියාව පසුබිම් කැරගත් ඉගැන්වීම් ක්‍රම යයි. එහෙයින් වයස පහළොවෙන් පහළ ළමයින්ගේ අධ්‍යාපනයට චරිත හා බුද්ධි යන දියුණු දෙක ඇතුළත් වේ. චරිත දියුණුවට ආගමයි. බුද්ධි දියුණුවට අධ්‍යාපන යයි. පුරාණ කාලයෙහි ආගම පසුබිම් කැර ගෙන අධ්‍යාපනය දුන් නිසා චරිත බුද්ධි දියුණු දෙකම ලැබුණා. මෙකල ආගම උගන්වන්නේ විෂයක් හැටියට ය. එහෙයින් දැනීමක් ඇති වුනත් ආගමික හැඟීමක් ඇති වන්නේ නැත. එයින් රට ජාතිය ආගම හා භාෂාව ගැන හැඟීමක් නැති උගත් පිරිසක් ඇති වෙනවා. එහි අනිටු විපාක දැනට මත් පෙනෙයි.

මෙකල දහම් පාසල් හය දහසක් පමණ ඇත. දැන් දහතුන් ලක්‍ෂයක් පමණ ශිෂ්‍ය ශිෂ්‍යාවෝ දහම් පාසල් ඉගෙනීම ලබති. දහම් පාසල්වල ද තරඟකාරී කටයුතු බහුල වෙමින් පවතින නිසා හැදියා අංශය හීන වන බවක් පෙනෙන්නට ඇත. එය නොමැනැවි. එහෙයින් දින පතා පාසලේ් හා දහම් පාසලේ් ද ශිෂ්‍ය ශිෂ්‍යාවන් පහත සඳහන් කරුණු අනුව හැඩ ගැස්විය යුතු කාලය පැමිණ ඇත.

1. කුලදෙවි - මාපිය - ගුරුවර - වැඩිහිටියන් පිදීම,
2. චාම් ජීවිතයට හා සුහදවාසයට හුරු කිරීම,
3. සංවර බව හා විනය ගරුක බව හා ධර්ම ඥානය ද දියුණු කිරීම,
4. ආගම ඇදහීමට හා නිති පන්සිල් රැකීමට හා පොහොය දින අටසිල් රැකීමට ද උත්සාහවත් කිරීම,
5. ආගමාලයෙන් පිබිදුණු - ස්වදේශවාත්සල්‍යයෙන් ඔද වැඩුණු ජාතිකාභිමානයෙන් මෙහෙයැවුණු - ස්වභාෂානුරාගයෙන් පණ වත් වුණු දරු පරපුරක් බිහි කිරීම.

3. තරුණ කාලය

වයස 15 සිට 30 - 35 දක්වා
චරිත - බුද්ධි - ආර්ථික දියුණුව.

තරුණ ශක්තිය තමන්ටත් අනුන්ටත් හිතසුව සඳහා යොදවන්නට තරුණ - තරුණියන් පුහුණු විය යුතු ය, පුහුණු කළ යුතුය, ජීවිතයේ අවුරුදු විස්සක් විසිපහක් පමණ වන තරුණ කාලය වරදවා යෙදුවොත් ඉදිරි ජීවිතය අඳුරු වනු ඇත. තරුණ කාලය හොඳින් ගත කොළොත් ඉදිරි ජීවිතය ආලෝකවත් වනු ඇත.

තරුණ කාලයට චරිත බුද්ධි ආර්ථික යන දියුණු තුන ම ඇති කැර ගත යුතු වේ. ආගම චරිත දියුණුවටත් අධ්‍යාපනය බුද්ධි දියුණුවටත් ධන සම්පාදනය ආර්ථික දියුණුවටත් මුල් වෙයි.

ළමා කාලයෙහි ලබා ගත් ධර්ම ඥානයත් ප්‍රතිපත්ති ගරුකත්වයත් තවත් දියුණු කැර ගත යුතු ය. මේ උසස් අධ්‍යාපනයට හැරෙන කාලයයි. ඉදිරියට යන්නට බලාපොරොත්තු වන්නාට තරඟකාරී විභාග දෙකක් ඇත. විශේෂයෙන් විශ්ව විද්‍යාලයට යන්නට බලාපොරොත්තු වන්න මහා තරඟයක් ඇත. උසස් අධ්‍යයන පොදු සහතික පත්‍ර විභාගයෙන් වර්ෂයකට සියලු සුදුසුකම් ඇතිව සමර්ථ වන්නෝ තිස් දහසක් පමණ වෙති. විශ්ව විද්‍යාලයට ඇතුළු වන්නට පිළිවන් වන්නේ හය දහසකට පමණ ය. තවත් වරක් උත්සාහ දැරීම ඉතා හොඳයි. ඉතිරි අය ධන සම්පාදනයට හා විවිධාකාරයෙන් බුද්ධිවර්ධනයට හැරිය යුතු ය.

වර්තමාන විශ්ව විද්‍යාලය නවීකරණය කළ යුතු ය. එය කළ යුත්තේ අවුරුදු එක්දහස් පන්සියයක් ආපස්සට ගොස් නාලන්දා විශ්ව විද්‍යාලය අනුගමනය කිරීමෙනි. නාලන්දාව ලෝකයෙහි පළමු විශ්ව විද්‍යාලය යි. බටහිර ප්‍රථම විශ්ව විද්‍යාලය වන ඉතාලියේ බෝලෝඥාව ආරම්භ කළේ් නාලන්දාව ආරම්භ කොට අහුරුදු හත්සියයකට පසු ව ය, එනම් දොළොස්වන සියවසෙහි ය.

නාලන්දා විශ්ව වද්‍යාලය සියැසින් දුටු විද්වත් හියුංසියං චීන යාත්‍රිකයාගේ වාර්තාව නුවණැසින් සලකා බලන්නේ මැනවි. එතුමා නාලන්දාව බලන්නට ගියවිට එහි නේවාසික

පිරිස දස දහසක් පමණය. එයින් හත් දහසක් ශිෂ්‍යමණ්ඩලය ය, එක් දහස් පන්සිය දහයක් ආචාර්ය්‍ය මණ්ඩලය ය, ඉතිරි කොටස සේවක මණ්ඩලය යි. එහි අධ්‍යාපනය විෂය පනහකට බෙදා තිබුණා. ආචාර්ය්‍ය මන්ඩලයේ විද්වතුන්ගෙන් දහසක් විෂය විස්සක විශාරදයෝ ය, පන්සියයක් විෂය තිහක විශාරදයෝ ය, දහයක් විෂය පනහෙම විශාරදයෝ ය. දේශන ශාලා සියයක් තුබුණා. නව මහල් ගොඩනැගිලි ද තුබුණා. ආකාශවස්තු පරීක්ෂණ විද්‍යාව ඉගැන්වූයේ උඩුමහල්තලවල ය. තව ද උඩුමහල්තලවල සිට චන්‍ද්‍රසූර්ය්‍යග්‍රහණාදිය හා වලාකුළු ගමනාගමනාදිය බැලිය හැකි ව තුබුණා.

පාලකයෝ බෞද්ධ භික්‍ෂූන් වහන්සේ ය. එහි තුබුණේ බෞද්ධ අධ්‍යාපනය යි. හියුංසියං විද්වතාණන් නාලන්දාවට පැමිණෙන විට එහි ගුරුදේවයන් වැ සිටියෝ ශීලභද්‍ර යතීන්‍ද්‍රයන් වහන්සේ ය. බෞද්ධ අධ්‍යාපනය හා පාලනය නිසා එහි පැවැති විනය - සංවරය - සාමය හා සමඟියත් ශාස්ත්‍රවිශාරද බවත් හියුංසියං යතීන්‍ද්‍රයන් වර්ණනා කැරැ තිබෙන ආකාරයත් ඉංග්ලිසින්ගේ පාලන යුගයෙහි භාරතයෙහි රාෂ්ට්‍රපති වැ සිට පිරික්සුමක් කළ **සෙට්ලන්ඩ්** සාමිවරයා හා නාලන්දාව ගැන විශේෂ පර්යේෂණයක් කළ **කාපෙන්ටර්** දේවගැතිතුමන් වර්ණනා කැරැ තිබෙන ආකාරය මුළු ලෝකයට ම ආදර්ශයෙකි. ශ්‍රී ලංකාවේ විශ්ව විද්‍යාලය ද නාලන්දාව ආදර්ශයට ගත යුතු යයි තරයේ ම පවසන අතර විෂයමාලාව වර්තමාන සමාජයට අනුරූප වන පරිදි සකස් කැරැ ගැනීමට කිසිදු බාධාවක් නැති බව ද පැහැදිලි ව ම ප්‍රකාශ කරමි.

බුද්ධධර්මය අනුව ආර්ථික දියුණුවට උපකාර වන මාර්ග පහක් ඇත. 1. ගොවිතැන 2. වෙළඳාම 3. ගවපාලනය 4. කර්මාන්ත 5. රාජ්‍ය සේවයේ හා පෞද්ගලික ආයතනවල රැකියා වශයෙනි.

මෙහි මුල් සතර ම ස්වයං රැකියා ය. පස් වැන්න වන රජයේ හා පෞද්ගලික ආයතනවල රැකියා සීමා සහිත ය, ආදායම ද සීමා සහිත ය. පෞද්ගලික දේපළක් නැත්නම් ජීවත්වීමත් අපහසුය. ස්වයං රැකියා එසේ නො වේ. නුවණත් උත්සහයත් යෙදූ පමණට දියුණු විය හැකිය.

රජයේ හෝ ආයතනවල හෝ සේවය කරන්නන් හට ලැබෙන ආදායම සිමාසහිත වුවත් ස්වයං රැකියා වලින් ලැබෙන ආදායම සීමා රහිත ය. මෙකල සිටින මහා ධනවතුන්ගෙන් වැඩිදෙනා ස්වයං රැකියා වලින් ධන සම්පාදනය කළහු ය. ඒ ධන සම්පත්තිය වැඩිදෙනා අතර පැතිරීම සුදුසු යයි පවසන බුද්ධධර්මය කවුරුන් වුවත් නුවණත් උත්සාහයත් ක්‍රමවත් ව යෙදුවොත් සුළු මුදලකින් වුවත් ලක්‍ෂපතියකු හෝ කෝටිපතියක් හෝ වන්නට පිළිවන් බව ද උගන්වයි.

තරුණ ශක්තිය තමන්ටත් අනුන්ටත් හිත සුව සඳහා යොදවන්නට තරුණ තරුණියන් පුහුණු කරවන "**තුරුණු සවිය**" වැඩ පිළිවෙළ ආරම්භ කෙළේ 1967 දී ය. තරුණ - තරුණියන් අතර චරිත - බුද්ධි - ආර්ථික යන දියුණු තුන ඇති කිරීමේ මඟ පෙන්වන "**තුරුණු සවිය අත්පොත**" නමින් පිටු 420 ක් ඇති ග්‍රන්ථයක් නිකුත් කෙළේ 1971 දී ය. එහි මුල් කොටසේ කරුණු චරිත දියුණුව සඳහා ය. මැද කොටස බුද්ධි වර්ධනයට උපකාර වන කරුණු වලින් යුක්ත ය. අග කොටසෙහි ආර්ථික දියුණුවට හා ග්‍රාම සංවර්ධනයට ද උපකාර වන කරුණු ය. අග කොටසෙහි පිටු 79 ක විස්තර වන්නේ ස්වයං රැකියාවන් පිළිබඳව ය. එහි ගෙවතු වැවීම - එළවළු වැවීම - මල් වැවීම - බෙහෙත් පැළෑටි වැවීම - අබ මිරිස් ලූණු, මුං මෑ වැවීම පිළිබඳ පැහැදිලි විස්තරයක් සමඟ ස්වයං රැකියා වශයෙන් කළ හැකි සුළු කර්මාන්ත 81 ක් හඳුන්වා දී ඇත. එදා හෝ පසුව හෝ ස්වයං රැකියා වැඩ පිළිවෙළ ගැන වගකිවයුතු අය සැලැකිල්ලක් දැක්වූවා නම් අද තිබෙන රැකියා හිඟය හෝ දුගීබව හෝ ඇති නොවන්නට තුබුණා. තරුණ - තරුණියන්ගේ චරිත - බුද්ධි - ආර්ථික දියුණුව සඳහා පහත සඳහන් දස පිළිවෙත පුරුදු පුහුණු කළ යුතු වේ.

1. ධන සම්පාදනය, රක්‍ෂණය හෙවත් ඉතිරි කිරීම, ආදායමට අනුකූල වැ වියදම් කිරීම.
2. සිත, කය, වචනය සංවර කැර ගැනීම.
3. සතියකට වරක්වත් සුළුවෙන් හෝ අන්‍යයනට උපකාර කිරීම.
4. අසල්වැසියන් සමඟ හොඳ හිත පැවැත්වීම.
5. හැමවිට ම යුක්තියට අනුබල දීම.
6. කුලදෙවි - මා පිය - ගුරුවර - වැඩිහිටියනට ගරු කිරීම.
7. රට - ජාතිය - ආගම - භාෂාව වෙනුවෙන් සේවය කිරීම.
8. සාහිත්‍යයෙන් හා කලාවෙන් පිරිසිදු ආස්වාදයක් ලබා ගැනීම.

9. කවුරුන් අතරත් හොඳ හිත පතුරුවමින් කලණ මිතුරන් ඇසුරු කිරීම.
10. ජාතියේ සංවර්ධනය සඳහා ශ්‍රමය කැප කිරීම.

4. මධ්‍යම කාලය

වයස 35 සිට 60 දක්වා
දෙලෝ දියුණුව

මුල් කාල තුන යට කී පිළිවෙළට හැඳුණා නම් මධ්‍යම කාලයට අයත් පිළිවෙත් මාලාවක් අවශ්‍ය නැත. එහෙත් බොහෝ දෙනාට එබඳු පිළිවෙත් මාලාවක් අනුව හැඩ ගැසෙන්නට අවස්ථාවක් ලැබෙන්නට නැතැයි සිතමි. ජීවිතය දසක දහයකට බෙදා ඇත. එහි බල දසකයත් ප්‍රඥා දසකයත් ඇතුළත් වන්නේ මේ මධ්‍යම කාලයටයි. මෙකල අඹුදරුවන්ගේ දියුණුව සඳහාත් ඉදිරියට එන තමන්ගේ වැඩිහිටි කාලයේ ප්‍රයෝජනය සඳහාත් මුදල් සැපයීමත් ආදායමට අනුව වියදම් කිරීමත් ඉතිරි කිරීමත් මැනැවින් සිදු කළ යුතු ය. සුරාව, සූදුව, දුරාචාරය ආදී අපාය මුඛවලින් දුරින් ම දුරුවිය යුතු ය.

කායශක්තියත්, ඥනශක්තියත් තමන්ගේත් අඹුදරුවන්ගේත් රටේත් ජාතියේත් ආගමේත් භාෂාවේත් දියුණුව සඳහාත් "**මිනිහා නොහදා රට හදන්න බැහැ. මිනිහාත් හදාගෙන රටත් හදා ගනිමු**" යන උදාර පළිවෙත සපුරා ගැනීම සඳහාත් දිවා රෑ සිතිය යුතු ය, කතා කළ යුතු ය, ක්‍රියා කළ යුතු ය.

මෙහි දෙලෝ දියුණුව නමින් සඳහන් කැර ඇත්තේ ගිහි භවතුන් ගේ මෙලොව දියුණුව සඳහා දේශිත කරුණු සතරකුත් ගිහි - පැවිදි කාගෙත් පරලොව දියුණුව සඳහා දේශිත කරුණු තුනකුත්ය. මෙලොව දියුණුව ආර්ථික - අධ්‍යාපන - සෞඛ්‍යය - සදාචාරයයි. පරලොව දියුණුව දාන - ශීල - භාවනා ය. දෙලෝ දියුණුවට පහත සඳහන් වන පිළිවෙත් මහෝපකාරී වනු ඇත.

1. සමාජයට සේවය කිරීම,
2. ආගම හොඳින් ඇදහීම - පන්සල් යෑම - පන්සිල්, අටසිල් රැකීම, භාවනා කිරීම,
3. මිනිහා හැදීමේ පිළිවෙතෙහි තමනුත් යෙදීම හා අනුනුත් යොදවා ගැනීම.
4. තහනම් වෙළෙඳාම් ඇතුළු ව මිච්ඡා ආජීවයෙන් වැළකී වැඩියෙන් නිපදීම - නිපදවන දේ රක්‍ෂණය හෙවත් ඉතිරි කිරීම, ආදායමට සරිලන සේ වියදම් කිරීම හා වාම් ජීවිතය.
5. ආර්යාචාරිත්‍ර අනුගමනය කිරීම හා අප අතර පවත්නා සංකර සිරිත් දුරලීම,
6. ජනතාව තුළ සාමය හා සමගිය පැතරවීම,
7. ආත්මසුඛ පරිත්‍යාග අරමුදලට එකතු වීම, අනුන්ගේ සුවයක් සඳහා තමන්ගේ සුවයක් අත්හැරීම ආත්ම සුඛ පරිත්‍යාගයයි. සාධකයක් වශයෙන් කියනවා නම් පුනු පොහොදා සිල් සමාදන් වුවත් නොවූවත් රාත්‍රී ආහාර වේල නතර කොට එයට යන වියදම ආත්ම සුඛ පරිත්‍යාග අරමුදලට එකතු කිරීම, මෙයට කුඩා ළමයින් හැර ගෙදර අන්‍යයන් ද සහභාගි කරවා ගත හැකි ය.
8. ජනතා සංවර්ධනය සඳහා ශ්‍රමය කැප කිරීම.

5. වැඩිහිටි කාලය

අවුරුදු 60 න් පසුව.
විවේක කාලයයි, පුණ්‍යකාලය යි.

බුදුරජාණන් වහන්සේ විසින් නෙයෙක් බැඳුම්වලින් බැඳී සිටින ගිහි ගෙදර වැඩිහිටියනට දෙන ලද අවවාදය නම් බැඳුම් අඩු කැර ගන්න යනුයි. දරුවන්ගේ ආවාහ - විවාහ දෙමාපියනට තිබෙන ලොකු බරෙකි, බැඳුමෙකි. සුදුසු පරිදි ඒ බරෙන් නිදහස් විය යුතු ය. තමන් සතු දේපල තවත් බැඳුමෙකි. සුදුසු කාලයෙහි දේපල බාර දීම දෙමා පියන්ගේ යුතුකමක් හැටියට බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කළහ. මරණින් පසු අයිතිවීම උරුමයෙකි, දීමක් නොවේ. එහෙත් සියල්ල ම පවරා දීම එකලත් දෙමාපියනට කරදරයක් වුනා, මෙකල ද එබඳු දීමනා වලින් කරදර වින්දාහු සිටිති. එහෙයින් එය සුදුසු පරිදි කළ යුතු වේ. අඩු ගනණේ දරුවන් එක් කෙනෙකුට වඩා සිටිනවා නම් කලින් දිය යුතු දේ දී ඉතිරි කොටස දරුවන් සඳහා වෙන් කොට ලියා තැබිය යුතු වේ. එසේ කිරීම දේපලවලින් විවේක ගැනීමෙකි.

අප කර්මයත් පුනරුත්පත්තියත් විශ්වාස කරන අයයි. මේ භවයෙහි රහත් වුණේ නැත්නම් නැවත උපදිනවා මයි. අඩු ගණනේ සෝවුණොත් සතර අපායෙන් වත් නිදහස්. එසේ නොවේ නම් කොහේ උපදිනවා දැයි කිව නො හැකියි. සිහියෙන් නුවණින් පින්කම් කැර ගෙන ජීවත් වුණොත් මිනිස් ලොව හෝ දෙව් ලොව හෝ උපතක් ලබා ගත හැකි වනු ඇත.

ඉදින් අනුවණින් නොසැලැකිල්ලේ ජීවත් වුණොත් මරණින් මතු යන්නට වන්නේ යම රජ්ජුරුවන් ළඟටයි. මෙකල බටහිර ලෝකයෙහි උගතුන් විද්‍යාඥයන් පුනරුත්පත්තිය පිළිගෙන අවසානයි. එහෙත් මෙහි ද උගත් එහෙත් බුද්ධිමත් නොවන සමහරු කටහැකර කමට අතිපණ්ඩිතකමට පුනරුත්පත්තිය - අපාය දැක්කේ කව්දැයි නන් දොඩවමින් සිට මරණින් පසු යන්නේ යම රජ්ජුරුවන් ළඟටයි. එහි දී මේ වරට පමණක් සමාව දෙන්නැයි වැඳ වැඳ සමාව ඉල්ලයි. අනේ මොන සමාවක්ද? යම රජ්ජුරුවන් මහ හඬින් යමපල්ලනි, මෙහි එනු, මේකා රැගෙන ගොස් අවීචි මහා නරකයෙහි දමනු යි නියම කරනු ඇත.

මේ භවයෙහි යමෙක් වාසනාවන්ත උපතක් ලබා සිටී නම් ඒ දිවිය වාසනාවන්ත යයි කියන්නේ කවර හෙයින් ද? තමන්ගේ කටයුතු සපුරා ගන්නට වස්තු සම්පත්තියත් ඇස්, කන්, නාසාදී ඉන්ද්‍රියයන්ගේ අඩුවක් නැති වාසනාවන්ත උප්පත්තියත්, මන්දබුද්ධික නොවී ඥාන සම්පත්තියත් එකට ලැබුණු නිසා ය. මේ ත්‍රිවිධ සම්පත් ලැබීමට පූර්ව ජාතිවලින් ගෙනෙන ලද කර්මශක්තීහු කවරහු ද? දාන - ශීල භාවනාය. දානයෙහි ස්වාභාවික ඵලය භවභෝ්ග සම්පත් ය. සීලයෙහි ස්වාභාවික ඵලය වාසනාවන්ත උත්පත්තියයි. භාවනාවෙහි ස්වාභාවික ඵලය ඥාන සම්පත්තියයි. මේ ත්‍රිවිධ කර්මයන්හි විශේෂ ඵලය නිර්වාණාවබෝධයයි.

කර්මවිපාක ඥානය බුද්ධඥානයයි. එහෙයින් කර්මවිපාක කෙළින් ම කිව නොහැකි ය. මේ කියන්නේ අනියමෙන් ය. මෙකල සමහරු බොහොම සම්පත් ඇතිව වාසය කරති. එහෙත් දන් දෙන්නේත් නැත, සිල් රකින්නේත් නැත, භාවනා කරන්නේත් නැත. අනේ අනාගතය හෙවත් ඊ ළඟ උපත අඳුරුයි. කෙනෙකුන් දන් දෙනවා, සීල භාවනා ගැන සැලැකිල්ලක් නැත. භවභෝග සම්පත් ලැබේවි, වාසනාවන්ත උපතේ හා ඥනසම්පත්තියේ ද අඩු ලුහුඬුකම් තිබෙන්නට පිළිවන්. කෙනෙකුන් දනුත් දෙනවා, සිලුත් රකිනවා, එහෙත් භාවනා කරන්නේ නැත. ඔහුට ඊ ළඟ භවයේ දී මුල් සම්පත් දෙක ලැබේවි, ඥාන සම්පත්තියේ අඩු ලුහුඬුකම් ඇති වේවි. එහෙයින් හැමදෙනා ම දාන - ශීල - භාවනා යන ත්‍රිවිධ කර්මශක්තීන් ම රැස් කැර ගත යුතු වේ.

කර්මශක්තීන් ද මුදල් මෙන් වැය වෙයි. මුදල් සපයනවා, වැය වෙනවා, නැවත සපයනවා, වැය වෙනවා, වැය වන තරමට රැස් කරන්නේ නැත්නම් දුකයි, දුකයි, දුකයි. කුශලකර්ම රැස් කරනවා, ඉෂ්ට විපාක වශයෙන් වැය වෙනවා, නැවත රැස් කරනවා, වැය වෙනවා, වැය වෙන තරමට රැස් කරන්නේ නැත්නම් දුකයි, දුකයි, දුකයි.

මේ කරුණු හොඳින් නුවණින් සලකා බලා ජීවන සැලැස්මෙහි අවසාන කාලයේ දරු සම්පතේ හා ධන සම්පතේ ද සම්බන්ධකම් ටිකෙන් ටික අඩු කැර ගෙන යන ලෝකයට උපකාර වන දාන සීල භාවනා වැඩ කැර ගෙන වැඩ වැඩියෙන් දහම් පොත් කියවමින් මෙනෙහි කෙරෙමින් ඉඩ ඇති හැම විටෙක ම අරහං අරහං යී බුදුගුණ කියමින් වාසය කළ යුතු ය. අවසාන මොහොතෙහි අන්තිම හුස්ම හෙළන විට ද අරහං හෙවත් බුදුරජාණන් වහන්සේ සිහියට එනවා ඇත.

1989 වසරේ දී පළ කැරුණකි
දිනමිණ 1990.10.01
ප්‍රඥාප්‍රභා 8

යතුරුලිවීම: ඇම්. ඒ. බන්‍දුල මහතා